Walaupun Anda membaca seluruh isi Tipitaka baik Pali maupun Sansekerta, Anda akan menemukan bahwa inti yang diajarkan oleh Buddha terangkum dalam Empat Kebenaran Mulia, dan segi praktisnya adalah melaksanakan sesuai dengan Jalan Mulia Berunsur Delapan.

Mengetahui akan betapa pentingnya Jalan Mulia Berunsur Delapan, Penulis mencoba mempelajari dan mendalami ajaran Buddha serta merangkumnya menjadi buku kecil ini. Di dalam buku ini, Penulis membahas tentang Pikiran Benar sesuai dengan urutan kedua di dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan.

Free Distribution

Seri Dhamma Praktis

PIKIRAN BENAR

Willy Yandi Wijaya

Pikiran Benar

Willy Yandi Wijaya

PIKIRAN BENAR

Penulis	:	Willy Yandi Wijaya
Proof Reader	:	Upa. Sasanasanto Seng Hansun
Ukuran Buku	:	105 x 148.5 mm
Kertas sampul	:	Art Cartoon 210 gsm
Kertas isi	:	HVS 70 gsm
Jumlah Halaman	:	48 Halaman
Jenis Font	:	Calibri, Papyrus, Myriad
Sampul & Layout	:	Poise Design

Diterbitkan oleh :

Vidyāsenā Production
Vihāra Vidyāloka
Jl. Kenari Gg. Tanjung I No. 231
Telp. 0274 542 919
Yogyakarta 55165

Cetakan Pertama, Februari 2009

Untuk Kalangan Sendiri

Kupersembahkan buku ini untuk:

Kedua orang tuaku yang tanpa lelah memberikan cinta dan mengajarkan saya makna kehidupan yang sesungguhnya

Untuk guru-guru yang membimbing saya dalam kebijaksanaan

Untuk sahabat-sahabat saya yang memperindah kehidupan ini

Untuk semua makhluk yang terus berjuang

Semoga semuanya selalu berbahagia dan bebas dari penderitaan

Semoga semuanya terus mengembangkan welas asih dan kebijaksanaan

Daftar Isi

Kata Pengantar

Dengan dukungan dari semua pihak, akhirnya penulis berhasil menyelesaikan buku ke dua dari Jalan Mulia Berunsur Delapan, yakni Pikiran Benar. Buku ini adalah kelanjutan dari buku saku sebelumnya yaitu Pandangan Benar. Di buku ke dua ini, ada perubahan tampilan isi sehingga diharapkan dapat lebih enak dibaca.

Di dalam buku ini, definisi pikiran benar yang diberikan adalah definisi yang memang terdapat dalam Sutta Pitaka. Dengan memahami pikiran benar, penulis berharap setiap saat kita semua selalu berhati-hati ketika berpikir dan menyadari akibat dari pikiran tersebut.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak-pihak yang terus mendorong dan mengharapkan kelanjutan buku pertama. Terima kasih mendalam terutama disampaikan kepada Insight Vidyasena Production yang menerbitkan buku ini, khususnya kepada Sdr. Andy Boedianto selaku Manajer Produksi Buku dan Sdr. Anton sebagai Direkturnya. Tak lupa penulis berterima kasih kepada teman-teman Vidyasena yang ikut mendorong penulisan buku saku ini.

Seperti pada buku pertama, penulis berusaha mengambil sumber penulisan dari Tipitaka Pali, khususnya Sutta Pitaka sebagai acuan dasar. Alasan penulis secara langsung mengacu pada Sutta Pitaka adalah agar

kemurnian dan esensi ajaran Buddha dapat dilestarikan.

Akhir kata, penulis sangat berharap masukan, kritikan, saran maupun komentar para pembaca melalui penerbit, sehingga mendorong perbaikan dan semangat penulis pada buku-buku selanjutnya di masa mendatang.

Terima kasih,

Semoga semua makhluk hidup berbahagia

Salam,

Willy Yandi Wijaya

Pendahuluan

Setelah memahami pandangan benar sebagai dasar, selanjutnya kita perlu mengetahui pikiran benar yang melengkapi bagian kebijaksanaan di dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan. Telah kita ketahui bahwa Jalan Mulia Berunsur Delapan terdiri dari:

1. Pandangan benar
2. Pikiran benar
3. Ucapan benar
4. Perbuatan benar
5. Penghidupan benar
6. Daya upaya benar
7. Perhatian/ Perenungan benar
8. Konsentrasi benar

Di dalam Sutta Pitaka, berulang kali disebutkan tentang Jalan Mulia Berunsur Delapan sebagai satu-satunya jalan menuju kebahagiaan sejati (*nirwana*). Pikiran benar adalah transformasi pandangan benar. Tanpa pikiran benar, tindak tanduk kita akan menjadi tidak terarah dan kehidupan manusia tidak akan tenang.

Berbagai masalah di dunia bermunculan berdasar pikiran atau niat yang buruk seperti kebencian, iri hati, kekejaman dan keserakahan. Untuk itulah Sang Buddha menawarkan sebuah cara untuk melawan pikiran negatif tersebut, seperti pikiran yang berdasarkan cinta kasih,

welas asih dan tanpa kemelekatan.

Satu hal yang membuat pikiran menjadi begitu penting adalah karena pikiran yang berulang-ulang akan membentuk pandangan atau memperkuat pandangan hidup seseorang. Dengan kata lain, pandangan mendasari pikiran, sebaliknya pikiran yang dilatih kuat dapat memengaruhi pandangan seseorang.

Di dalam buku ini, sumber penulisan adalah Sutta Pitaka yang terdiri dari Lima bagian, yaitu

1. Samyutta Nikaya disingkat menjadi SN
2. Majjhima Nikaya disingkat menjadi MN
3. Anguttara Nikaya disingkat menjadi AN
4. Digha Nikaya disingkat menjadi DN
5. Khudaka Nikaya yang terbagi lagi menjadi 15 bagian.

Definisi Pikiran Benar

Tentunya kita tidak asing lagi mendengar kata ‘pikiran’. Setiap saat kita selalu berpikir dan menggunakan pikiran kita. Semua aktivitas yang kita lakukan didahului pikiran. Begitu pula di dalam ajaran Buddha, pikiran menempati urutan yang sangat penting. Berkali-kali Sang Buddha mengatakan bahwa pikiranlah yang mendahului dan menjadi penentu utama dalam setiap tindakan. Satu hal yang perlu ditanyakan ke dalam diri adalah apakah kita betul-betul memahami apa yang dimaksud dengan pikiran itu? Sebelum lebih lanjut membahas tentang pikiran benar, kita harus sepakat dengan pengertian pikiran itu sendiri. Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pikiran diartikan sebagai:

1. Hasil berpikir
2. Ingatan
3. Akal
4. Angan-angan, gagasan
5. Niat atau maksud

Jadi, ada lima pengertian pada kata ‘pikiran’ dalam Bahasa Indonesia. Sebelum menetapkan pengertian mana yang tercermin di dalam Pikiran Benar, kita perlu mengetahui makna Pikiran Benar itu sendiri. Pikiran benar berasal dari kata *Samma Sankappa/Sankappo* (Pali) atau *Samyak Samkalpa* (Sansekerta). Kata *samma/samyak berarti* benar (lihat buku Pandangan Benar oleh penulis yang

sama) dan *Sankappa/samkalpa* diterjemahkan sebagai Pikiran. ***Pikiran di sini berarti kehendak atau niat, atau pemikiran***. Jadi pengertian no.5 dalam KBBI yang akan kita gunakan selanjutnya untuk arti kata 'pikiran', yaitu niat atau maksud atau kehendak.

Di beberapa bagian *sutta* (ucapan Buddha Gautama) dari Sutta Pitaka, dapat juga kita temui definisi pikiran benar yang sama dengan pengertian di SN 45.8 tersebut, seperti yang terdapat di MN 117.13 dan MN 141.25 (definisi di sini adalah definisi standar dari pikiran benar yang terdapat langsung dalam Sutta pitaka, Tipitaka Pali).

> "Pikiran benar adalah pemikiran yang telah menghancurkan keserakahan atau kemelekatan, kehendak yang terbebas dari niat jahat, dan kehendak untuk tidak merugikan atau menyakiti makhluk lain." (SN 45.8)

Jadi ada 3 ciri utama suatu pikiran dikatakan pikiran benar, yaitu:

1. Pikiran tanpa kemelekatan/ keserakahan (*nekkhammasankappa*)
2. Pikiran tanpa niat jahat/ kebencian (*awyapadasankappa*)
3. Pikiran tanpa kekejaman (*awihimsasankappa*)

Sebelum membahas masing-masing bagian tersebut, kita akan melihat pentingnya pengembangan Pikiran Benar. Kemudian kaitan pikiran benar dan pandangan benar,

serta kaitan pikiran benar dengan unsur lainnya dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan, sehingga pemahaman terhadap pikiran benar menjadi lebih jelas.

Pentingnya Pengembangan Pikiran Benar

Setelah mengetahui apa itu pikiran benar, pertanyaan yang timbul selanjutnya adalah apakah pikiran benar itu berguna? Untuk apa mengembangkan pikiran benar? Sebelumnya, perhatikan kalimat Dhammapada disamping dan mari kita renungkan:

Dari pengalaman, kita pasti sepakat dengan kalimat tersebut. Segala yang kita lakukan, semuanya didahului oleh pikiran. Ketika kita menolong, sebelumnya pikiran kita pasti ada niat untuk menolong, mungkin didasari welas asih atau simpati. Sebaliknya ketika kita berbohong, pasti ada alasan dalam pikiran yang mendahului di balik kebohongan yang kita lakukan melalui ucapan. Mungkin rasa takut, benci atau keinginan serakah dalam diri.

"Pikiran adalah pelopor dari segala sesuatu [ucapan,perbuatan], pikiran adalah pemimpin, segalanya [perbuatan,ucapan] diciptakan pikiran. Bila seseorang berbicara atau berbuat dengan pikiran jahat, maka penderitaan akan mengikutinya, bagaikan roda kereta mengikuti jejak kaki lembu yang menariknya. Bila seseorang berbicara atau berbuat dengan pikiran baik, maka kebahagiaan akan mengikutinya, bagaikan bayangan yang tidak pernah meninggalkan tubuh seseorang."

(Dhammapada 1-2)

Kaitan Antara Pikiran Benar Dengan Unsur-Unsur Lainnya

Di dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan, pikiran benar menempati urutan ke dua setelah pandangan benar. Pandangan benar dan pikiran benar juga digolongkan ke dalam satu kelompok, yakni Kelompok Kebijaksanaan. Mengapa demikian? Sebelumnya kita tahu bahwa pandangan benar menempati dasar dari Jalan Mulia Berunsur Delapan karena semua tindak tanduk kita, sadar atau tidak sadar, dipengaruhi oleh pandangan kita terhadap kehidupan ini. Bersama dengan pandangan, pikiran terwujud melalui ucapan atau tindakan.

Pikiran adalah hasil dari pandangan, namun pikiran juga mampu memengaruhi pandangan. Kecenderungan pikiran yang kuat akan mampu menembus ke dalam pandangan. Kecenderungan pikiran yang kuat adalah pikiran yang berulang-ulang dilakukan. Atau dengan kata lain, sesuatu yang sering kita pikir (disertai perenungan/ perhatian benar) berulang-ulang, akan memengaruhi cara pandang kita.

> Buddha berkata, "Apa yang sering dipikirkan dan sering direnungkan, itulah yang akan menjadi kecenderungan pikirannya."
>
> (MN 19.11)

Jika diumpamakan sebagai sebuah tali yang saling terjalin; pandangan benar adalah pusat tali yang dililit oleh pikiran benar dan 6 unsur lainnya (ucapan benar, perbuatan benar, penghidupan benar, daya upaya benar, perhatian benar dan konsentrasi benar). Lilitan tali pikiran benar sangat kuat terhadap pusat tali (pandangan benar). Jika lilitan pikiran benar tersebut semakin kuat, maka akan menyatu dengan pusat tali (pandangan benar). Dengan kata lain, semakin sering berpikir (berulang-ulang ada keinginan), kecenderungan pikiran akan menjadi kuat dan akhirnya melebur menjadi suatu pandangan. Contohnya adalah keinginan seseorang (pikirannya ingin) terhadap sesuatu. Hal tersebut akan mendorong pikirannya terus berpikir ingin dan ingin sehingga melebur menjadi bagian pandangan hidupnya, dan kemelekatan terhadap keinginan itu akan selalu ada dalam pikirannya baik ia sadari atau tidak.

Pikiran benar akan menentukan ucapan benar, perbuatan benar dan penghidupan benar. Sebaliknya, pikiran salah akan menentukan ucapan, perbuatan dan penghidupan yang salah. Pikiran yang membenci akan terwujud melalui ucapan yang kasar. Pikiran yang serakah akan mewujudkan penghidupan yang terus mengejar materi. Serta pikiran yang kejam menghasilkan perbuatan yang menyiksa, membunuh atau menganiaya kehidupan makhluk lain.

Pikiran benar didukung oleh upaya benar, perenungan (perhatian) benar, dan konsentrasi benar. Ketika perhatian/ perenungan terkendali, seseorang akan selalu menyadari gejolak emosi dalam dirinya sehingga perbuatan dan ucapannya akan terkendali. Begitu pula upaya benar dan konsentrasi benar akan membentuk pikiran agar tidak salah (ada upaya) dan kesadaran untuk menyadari akibat-akibat dari kehendak—seketika pada saat itu.

Pikiran Benar Dari Sisi Pasif & Aktif

Pikiran benar dapat kita tinjau dari dua sisi, yaitu sisi pasif dan aktif. Sisi pasif dari pikiran benar menganjurkan kita untuk menghindari hal-hal yang negatif dari pikiran agar mendukung sisi aktif pikiran benar. Sedangkan sisi aktif dari pikiran benar adalah aspek yang harus kita jalankan dan latih untuk menyempurnakan pikiran benar.

> Pikiran layaknya sebuah pena yang akan menggores jejak baru atau sekedar menebalkan jejak lama dalam pandangan seseorang

Yang dimaksud dengan pikiran benar dari sisi pasif adalah pikiran yang memenuhi tiga ciri, yakni:

1) Tanpa kemelekatan/ keserakahan (*nekkhama*)
2) Tanpa niat jahat/ kebencian (*awyapada*)
3) Tanpa kekejaman (*awihimsa*)

Sedangkan yang dimaksud pikiran benar dari sisi aktif adalah pikiran yang memenuhi tiga ciri, yaitu:

1) Melepas dengan memberi (*dana*)
2) Cinta kasih (*metta*)
3) Welas asih atau belas kasih (*karuna*)

SISI PASIF	SISI AKTIF
Tanpa Kemelekatan (*nekkhamma*)	Pemberian (*dana*)
Tanpa Kebencian (*awyapada*)	Cinta Kasih (*metta*)
Tanpa Kekejaman (*awihimsa*)	Welas Asih (*karuna*)

Ketiga sisi pasif dan aktif ini saling bertolak-belakang. Sisi positif lainnya dari pikiran benar yang dapat kita kembangkan adalah dengan pengembangan pikiran:

- Kebahagiaan Simpati (*mudita*)
- Ketenangseimbangan Batin (*upekkha*)
- Memaafkan (*khamanasila*)
- Keyakinan (*saddha*)

Cinta kasih, welas asih, simpati, dan ketenangseimbangan batin ini secara keseluruhan dinamakan sifat-sifat yang luhur (*brahmawihara*). Untuk menyempurnakan pikiran benar, semua sisi positif dari pikiran, baik yang pasif maupun aktif, harus kita kembangkan terus tanpa batas, sehingga pikiran tersebut akan menyatu dengan pandangan dan terwujudlah melalui tindakan nyata.

Tanpa Kemelekatan/ Keserakahan (*Nekkhamma*)

Pengertian *nekkhama* adalah tidak serakah, tidak terikat, melepas, menghentikan, tidak melekat. Di dalam pandangan benar, salah satu penyempurnaan pandangan benar adalah dengan mengikis keserakahan (*lobha*) yang merupakan akar dari semua kekotoran batin/ pikiran. Pelatihan pikiran tanpa kemelekatan (*nekkhamma*) ini berguna untuk membentuk pikiran tanpa keserakahan yang berulang-ulang, sehingga akan membentuk pandangan yang menghancurkan keserakahan (*lobha*).

Ajaran Buddha mengajarkan pelepasan atau penghentian kemelekatan. Mengapa harus menekan kemelekatan kita? Kalau kita mau lebih menyadari kehidupan saat ini, setiap hari kita menjalani hidup dengan dorongan keserakahan. Setiap saat, sesuatu yang berada di luar kita selalu menggoda. Iklan-iklan di televisi menawarkan berbagai macam barang-barang yang sebenarnya tidak benar-benar kita butuhkan. Kita selalu memuaskan diri dan memanjakan diri di dalam kemelekatan. Sadar atau tidak sadar, sifat serakah dalam diri semakin melekat dan sulit dihilangkan. Keserakahan kita-lah yang telah mengancam bumi dengan kerusakan lingkungan. Keserakahan juga yang membuat seseorang melakukan korupsi. Kita harus menyadari bahwa keserakahan adalah salah satu penyebab dari berbagai permasalahan di dunia.

> Semakin banyak
> keinginan
> membuat
> semakin melekat
> dan sulit melepas,
> akibatnya
> semakin menderita

Keserakahan terkadang kita samarkan sebagai kebutuhan. Kemelekatan terjadi karena pikiran senantiasa berusaha untuk menyamarkan keserakahan menjadi kebutuhan. Memang pada dasarnya kebutuhan juga mempunyai sifat ingin, karena bila tidak ingin bagaimana bisa didapat? Persoalannya adalah bagaimana kita membedakan antara keinginan yang melekat dengan keinginan untuk kebutuhan. Berbicara mengenai makan, jelas adalah kebutuhan. Jadi, keinginan makan untuk kebutuhan adalah wajar dan tidak menimbulkan kemelekatan, namun kita perlu berhati-hati agar keinginan makan tidak menjadi keserakahan makan. Keserakahan makan biasanya terjadi ketika proses akan melakukan makan. Keinginan kita menjadi keserakahan tatkala hidangan yang tersaji lengkap dan banyak di depan mata. Keserakahan berwujud menjadi pengambilan makanan berlebih-lebihan. Sehingga yang terjadi adalah makanan sisa di piring atau selesai dengan perut kenyang.

Cara untuk menghentikan kemelekatan bukanlah dengan jalan menyiksa diri, memenuhi pikiran dengan rasa takut atau muak. Cara-cara seperti itu tidak akan menyelesaikan masalah-hanya menekan masalah. Seperti memotong cabang-cabang dari suatu pohon

yang akan kembali tumbuh ketika diberi pupuk (godaan). Yang diajarkan Sang Buddha adalah suatu pemahaman yang menyeluruh terhadap pikiran sendiri sehingga kita dapat langsung mencabut sampai ke akar-akarnya. Sang Buddha mengajarkan agar kita mengubah cara pandang kita. Didukung dengan renungan mendalam, kita akan menyadari bahwa apa yang selama ini kita pertahankan, suatu saat akan berubah. Suatu saat kita akan mengalami kematian juga. Lalu buat apa kita berusaha mempertahankan keinginan yang tiada habis-habisnya dan terus melekat padanya?

Cara lain menekan kemelekatan adalah dengan menyadari bahwa dengan sesedikit mungkin keinginan (tidak serakah), kemelekatan kita akan semakin berkurang dan kita akan semakin dekat dengan kebahagiaan sejati atau kedamaian (*nirwana*). Kedamaian bukan terletak di luar diri, namun pada pikiran dan perasaan sendiri. Kedamaian bukan didapat dengan memuaskan diri terus-menerus. Kedamaian akan didapat jika tidak ada rasa khawatir, takut maupun benci. Oleh karena itu, semakin sedikit keinginan semakin sedikit pula rasa khawatir atau takut untuk kehilangan karena pikiran tak melekat.

Melepas Dengan Memberi (*Dana*)

> Sekalipun dana yang diberikan sangat kecil, ketulusan akan membuatnya menjadi besar

Sisi aktif dari pikiran tanpa kemelekatan adalah dengan pikiran yang melepas. Wujud dari pikiran yang melepas adalah dengan melaksanakannya secara nyata dalam bentuk memberi (*dana*). Landasan dasar yang paling penting bagi pengembangan spiritual adalah berdana atau pemberian. Di dalam Kitab Tipitaka Pali, berdana merupakan unsur pertama dari tiga dasar tindakan bermanfaat/ *punnyakiriyawatthu* (AN IV, 241), unsur pertama dari empat sarana yang memberikan manfaat bagi makhluk lain/ *sangaha-watthu* (AN II, 32), dan sebagai unsur pertama dari sepuluh *parami* atau kesempurnaan (Teks Komentar *Cariyapitaka*).

Dengan berdana (mengembangkan kedermawanan), kita dapat melemahkan keserakahan (*lobha*) dan kebencian (*dosa*), serta mendorong keuletan pikiran yang memungkinkan hancurnya kegelapan batin (*moha*). Hingga akhirnya akan membawa kepada kebahagiaan sejati, nirwana. Walaupun merupakan salah satu dasar bagi pengembangan spiritual, berdana tetap akan menjadi bagian hidup dari seseorang, yang bahkan telah mencapai pencerahan tertinggi seperti seorang Buddha. Beliau melakukan dana ketika berceramah melalui ucapan.

Bentuk dana secara umum dapat dikategorikan menjadi dua jenis:

1. ***Dana berwujud***; antara lain dana materi seperti memberikan bantuan makanan kepada fakir miskin, memberi sedekah kepada pengemis, donor darah, melakukan donor mata atau organ tubuh, memberikan makanan kepada binatang liar, dan lain sebagainya.
2. ***Dana tidak berwujud***; seperti dana waktu, tenaga, dan pikiran seperti ketika menyisihkan waktu menjenguk teman atau tetangga yang sakit, membantu dalam organisasi sosial seperti bersih-bersih di wihara atau jalan di depan rumah, memberikan nasihat kepada anak-anak. Bentuk lain dari dana ini adalah dana pengetahuan atau pendidikan, dana atau memberi rasa nyaman kepada orang lain melalui senyuman atau membuat orang menjadi semangat dan lebih percaya diri. Dana dalam bentuk pemberian Dharma juga termasuk dana tidak berwujud yang dapat dilakukan dengan memberikan pengetahuan kebenaran, pengertian dan pemahaman benar yang merupakan jalan menuju pencerahan.

Dalam berdana, kita perlu memerhatikan beberapa faktor yang menentukan kualitas dari dana yang kita lakukan. Kualitas tersebut akan diurutkan dari yang paling penting. Faktor tersebut antara lain:

1. ***Tingkat ketulusan***; semakin tulus kita dalam berdana, keserakahan dan kemelekatan akan semakin terkikis. Berdana tanpa mengharapkan apapun untuk diri sendiri adalah yang terbaik.
2. ***Tujuan dana***; tujuan untuk mengakhiri penderitaan orang lain lebih mulia daripada untuk kebahagiaan orang lain.
3. ***Ketepatan dana***; semakin membutuhkan orang yang diberi dana atau tepat sasaran sesuai dengan dananya akan semakin baik.
4. ***Penerima dana***; semakin banyak penerima dana dan semakin luhur si penerima dana akan lebih bermanfaat.
5. ***Cara berdana***; cara berdana yang membuat orang semakin luhur atau mengilhami orang untuk berbuat baik akan lebih berguna daripada cara berdana yang membuat orang lain atau penerima dana berasumsi kurang baik.

Perlu kita ketahui bahwa ketika berdana, yang paling utama tentunya adalah ketulusan kita, terlepas dari tepat sasaran atau cara berdana yang kurang tepat. Tentunya akan lebih baik lagi tatkala dana yang kita berikan secara tulus memang dengan tujuan yang baik dan tepat sasaran daripada tulus namun kurang tepat sasaran.

Tanpa Kebencian (*Awyapada*)

Kebencian, dendam, kemarahan dan perang tidak akan berakhir jika dibalas dengan cara yang sama. Hal tersebut hanya akan menimbulkan penderitaan bagi semua pihak

Sampai saat ini perang masih berkecamuk di belahan dunia lain, sementara di banyak tempat di seluruh dunia selalu ada kejahatan-pembunuhan, yang terjadi. Jika kita lebih dalam menganalisanya, pada akhirnya kita akan sepakat bahwa kejahatan maupun perang yang terjadi selama ini salah satunya bersumber dari kebencian, selain ketamakan. Dibanding dengan ketamakan, kebencian lebih mudah diamati. Kemarahan adalah salah satu wujud halus kebencian (*dosa*). Kebencian (*dosa*) sendiri meliputi ketidaksukaan yang halus atau ketidaksenangan terhadap seseorang sampai kebencian yang mendalam.

Wyapada artinya berbuat jahat, dan mengandung makna membenci. Bentuk kebencian sangat dekat dan terikat kuat dengan kemelekatan atau keserakahan. Dalam kehidupan sehari-hari, bentuk membenci atau adanya ***keinginan jahat*** biasanya karena kita tidak mendapatkan sesuatu. Pada anak kecil, hal tersebut mudah sekali terlihat. Anak yang marah ataupun anak yang merajuk ketika tidak mendapatkan mainan dapat kita lihat secara langsung; namun pada orang dewasa, kebencian dalam

pikiran disembunyikan dan terkadang tanpa sadar bertumpuk. Tumpukan kebencian yang terus-menerus dapat membahayakan diri sendiri maupun orang lain.

Wujud Kebencian mudah kita deteksi. Kemarahan adalah salah satu bentuknya. Emosi dalam wujud marah terjadi karena ada rasa tidak suka terhadap sesuatu di dalam pikirannya. Contohnya adalah seseorang yang marah kepada temannya karena ia merasa tersinggung. Artinya ada rasa 'tidak suka' terhadap sesuatu. Ketidaksukaan yang seperti ini, walaupun keesokan harinya sudah tidak marah, tetap merupakan wujud halus dari kebencian/ penolakan. Memang dengan mengontrol pikiran, rasa tidak suka yang halus seperti ini dapat dihilangkan, namun ada juga orang yang akhirnya semakin tenggelam dalam ketidaksukaan halus tersebut. Lama kelamaan timbullah kebencian terhadap orang yang membuatnya marah. Disinilah letak penting ajaran Buddha yang mengajarkan agar setiap orang dapat mengontrol pikirannya, sehingga pemikiran-pemikiran tidak suka tersebut tidak bertumpuk menjadi kebencian, apalagi sampai menjadi dendam sedalam lautan.

Satu contoh rasa tidak suka yang halus yang juga merupakan bagian dari 'kebencian'—namun ada sedikit perbedaan—adalah kemarahan orang tua terhadap anaknya. Memang pada dasarnya bersifat sama, yaitu adanya ketidaksukaan dan ada rasa penolakan-penolakan orang tua terhadap tindakan anaknya atau sesuatu

yang dilakukan anaknya. Namun, biasanya pada kasus ini, rasa penolakan atau ketidaksukaan halus pikiran tersebut akan segera dilenyapkan atau dihancurkan oleh perasaan/ pikiran cinta kasih dan welas asih orang tua terhadap anaknya. Jadi inilah alasan kenapa kita perlu mengembangkan sisi aktif pikiran tanpa membenci yaitu cinta kasih kepada semua makhluk—sangat dijunjung tinggi dalam ajaran Buddha. Ketika kita mengucapkan kata, “Semoga semua makhluk hidup berbahagia”, secara tidak langsung kita membentuk pikiran yang melawan sisi kebencian yang seringkali kita tanam dalam diri, walaupun ada sebagian yang menganggapnya sepele.

Cinta Kasih Universal (*Metta*)

Cinta kasih yang membuat dunia ini menjadi indah
Cinta kasih yang memadamkan api kebencian di dalam diri
Cinta kasih jugalah yang membuat hati menjadi bahagia dan nyaman

Ketika kita mencoba menghilangkan kebencian dalam pikiran, cara tersebut tak lain adalah dengan melakukan pengembangan pikiran cinta kasih tanpa batas. Ketika membicarakan tentang pikiran cinta kasih, sangat kurang apabila perasaan cinta tersebut tidak terwujud menjadi tindakan nyata, baik melalui ucapan maupun tindakan. Kita mengharapkan orang lain bahagia melalui pikiran, namun kenyataan tetap tidak berubah. Pikiran cinta kasih hanya untuk membentuk mental kita dan melatih pengembangan spiritual. Kita perlu lebih mengembangkan dalam kenyataan yang diwujudkan dalam tindakan atau ucapan, sehingga lebih bermakna bagi orang lain dan membekas lebih dalam di pikiran.

Cinta kasih (*metta atau maitri*) diturunkan dari kata sahabat (*mitra*) yang bermakna perasaan cinta kasih terhadap seseorang yang sangat dekat dengan kita layaknya sahabat. Cinta kasih bukan cinta nafsu seperti seorang pria terhadap wanita. Cinta yang dimaksud adalah cinta kasih yang tanpa batasan terhadap siapapun. Cinta kasih menembus ruang dan waktu menghangatkan setiap makhluk hidup.

Pentingnya cinta kasih dalam ajaran Buddha dapat kita temukan di dalam Kitab Sutta Pitaka. Di dalam AN I, iv, 3-5 dikatakan bahwa walaupun seseorang mengembangkan cinta kasih di dalam pikirannya walaupun hanya sesaat, tidak sia-sialah orang tersebut bermeditasi dan mengikuti ajaran dan nasihat Sang Buddha. Kemudian dikatakan lebih lanjut bahwa betapa lebih besar cinta kasih tersebut jika dikembangkan. Contoh nyata orang yang melaksanakan pengembangan cinta kasih adalah Sang Buddha. Di dalam AN VII, 58 dikatakan oleh Sang Buddha sendiri bahwa beliau telah mengembangkan pikiran-pikiran cinta kasih selama tujuh tahun dan hal tersebut membawanya semakin dekat dengan pencerahan tertinggi.

Bentuk ekspresi cinta kasih salah satunya terwujud melalui tindakan memberi. Contoh bentuk cinta kasih adalah seperti mengunjungi orang sakit, memberi materi (*dana*) dan berharap semoga bermanfaat bagi si penerima, menawarkan tugas membantu teman, menyemangati teman serta mendengar keluh kesah orang lain, dan berusaha membantu. Bentuk cinta kasih yang lain seperti cinta terhadap lingkungan seperti yang terdapat di dalam SN III, 45-6 di mana Sang Buddha menyarankan agar kita menanam pepohonan di pinggir jalan besar.

Tanpa Kekejaman (*Awihimsa*)

Kekejaman (*wihimsa*) adalah suatu keinginan jahat yang mengharapkan penderitaan atau kesakitan bagi makhluk lain atau merasa senang atas penderitaan makhluk lain. Kekejaman lebih mengerikan daripada kebencian. Jika pikiran benci ditujukan bagi pikiran sendiri agar adanya rasa penolakan, ketidaksukaan maupun kebencian terhadap orang lain, maka lain halnya dengan pikiran kejam. Pikiran kejam berbentuk pikiran yang disertai kebencian dan keinginan untuk membuat pihak lain secara nyata menjadi menderita.

Mengabaikan penderitaan makhluk hidup di depan mata adalah bentuk kekejaman yang halus.

Ucapan yang kasar adalah bentuk kekejaman yang buruk.

Memfitnah adalah bentuk kekejaman yang sangat buruk.

Kesenangan menyakiti adalah bentuk kekejaman yang paling buruk.

Pikiran kejam adalah suatu bentuk pikiran untuk merugikan, menghancurkan dan membuat penderitaan bagi suatu makhluk atau suatu objek. Bentuk kekejaman dapat disertai dengan kebencian ataupun tidak. Contoh bentuk kekejaman yang disertai kebencian (ketidaksukaan) adalah penyiksaan terhadap pembantu rumah. Contoh kekejaman tanpa kebencian adalah penyiksaan hewan hanya demi kesenangan. Kekejaman disertai kebencian

biasanya lebih buruk daripada kekejaman tanpa kebencian. Namun, kekejaman tanpa kebencian bisa juga jadi lebih mengerikan daripada kekejaman dengan kebencian karena terkadang seseorang tanpa sadar menikmati kekejaman yang ia lakukan, sehingga efek selanjutnya adalah sifat kejamnya semakin menjadi-jadi, dan akhirnya menjadi semakin terbiasa dengan kekejamannya, karena menganggap hal tersebut tidak salah. Contohnya adalah pembunuhan terhadap hewan oleh anak kecil. Anak-anak kecil tersebut memang terkadang tidak sadar telah melakukan kekejaman dan menikmati kesenangan dari hewan yang sedang menjerit. Namun, jangan menganggapnya sepele karena jika tidak, benih kekejaman telah tumbuh di dalam diri mereka. Terkadang kesenangan dari menyakiti atau membunuh hewan akan membuat seseorang membenarkan perilakunya dengan segala alasan karena dianggap bukan kejahatan.

Kekejaman bukan hanya terwujud melalui tindakan, namun bisa melalui ucapan. Kekerasan juga merupakan bentuk kekejaman. Olah raga yang berdarah atau film yang memperlihatkan bentuk kekejaman bisa memengaruhi dan mengembangkan benih-benih kekejaman dalam diri, sehingga sangat disarankan untuk mengembangkan rasa kasihan ketika melihat ada adegan keras atau kejam.

Welas Asih (*Karuna*)

Pikiran tanpa kekejaman akan semakin jelas ketika pikiran ditujukan untuk mengembangkan welas asih. Seperti yang kita ketahui bahwa semua tradisi Buddhis sepakat bahwa ajaran Buddha dibangun oleh dua hal yang paling mendasar, yaitu kebijaksanaan dan welas asih sebagai tiang yang menopang sekaligus penyeimbang. Kebijaksanaan tanpa welas asih bagaikan seorang anak yang memiliki ayah tanpa seorang ibu. Sebaliknya welas asih tanpa kebijaksanaan bagaikan memiliki ibu tanpa ayah.

Jika diumpamakan cinta kasih universal (*metta*) seperti cinta kasih seseorang terhadap sahabatnya, maka perumpamaan welas asih seperti cinta seorang ibu kepada anaknya. Cinta seorang ibu kepada anaknya lebih dalam dan lebih penting, seperti itu pula welas asih merupakan inti dari cinta kasih. Jika seseorang mengembangkan welas asih, otomatis cinta kasihnya juga akan tumbuh, namun dengan mengembangkan cinta kasih belum tentu welas asih akan tumbuh. Kesempurnaan cinta kasih berarti kesempurnaan welas asih dan kesempurnaan kebijaksanaan serta kesempurnaan unsur positif lainnya.

Pentingnya welas asih dalam ajaran Buddha dapat kita temukan di dalam Tipitaka Pali. Di dalam DN III, 187 dikatakan bahwa seseorang yang berwelas asih

bahkan sanggup mengorbankan dirinya demi orang lain. Di dalam DN I, 40 dikatakan bahwa kita seharusnya menghindari keinginan membunuh (termasuk keinginan menyakiti atau pikiran kejam), menjauhi tindakan membunuh (termasuk tindakan menyakiti atau perbuatan kejam), melepaskan tombak dan pedang (melepaskan kebencian dan kekejaman), kemudian melatih diri hidup dengan penuh pertimbangan dan perenungan, kebaikan serta welas asih demi kebahagiaan semua makhluk. Sang Buddha juga menyarankan agar memberikan tempat penampungan untuk para gelandangan (SN III, 45-6).

> Jika pengembangan welas asih dilakukan terus-menerus, maka kualitas kebajikan, kebijaksanaan ataupun kualitas spiritual lainnya, bahkan pencerahan itu sendiri akan mengikuti.

Ekspresi welas asih dapat terwujud melalui pemberian (*dana*), seperti rasa kasihan kemudian memberi sedekah kepada pengemis. Merawat orang sakit juga merupakan contoh welas asih, seperti yang dilakukan sendiri oleh Sang Buddha. Di dalam AN III, 378 dikatakan bahwa Sang Buddha mengunjungi dan menghibur orang sakit karena welas asih Beliau. Di Vinaya IV, 301 Beliau mempertegas pentingnya welas asih dengan berkata, "Ia yang merawatku adalah ia yang merawat orang sakit". Sang Buddha juga karena welas asihnya menaklukkan Angulimala (A II, 98), mengajarkan Dharma karena welas

asih (A III, 167). Lebih tinggi lagi yang menunjukkan pentingnya welas asih adalah ketika Sang Buddha mengatakan bahwa alasan keberadaannya adalah untuk kebaikan orang lain, untuk kebahagiaan orang banyak, karena welas asihnya bagi dunia, untuk kesejahteraan, kebaikan dan kebahagiaan manusia (A II, 146).

Cara untuk mengembangkan welas asih adalah dengan perenungan setiap saat. Bisa dilakukan dengan memikirkan orang yang sedang menderita, seperti para korban perang atau orang-orang yang sedang kelaparan. Lebih tinggi lagi, welas asih dikembangkan terhadap setiap orang di dunia ini yang terus-menerus mengalami penderitaan karena diliputi perubahan.

Sisi Positif Lainnya

Sisi positif lainnya dari pikiran benar yang dapat dikembangkan adalah:

1. Kebahagiaan Simpati (*Mudita*)
2. Ketenangseimbangan Batin (*Upekkha*)
3. Memaafkan (*Khamanasila*)

Kebahagiaan simpati adalah suatu perasaan dan pikiran yang ikut berbahagia ketika ada pihak luar yang berbahagia. Pengembangan mental ini diarahkan untuk menekan rasa iri hati kita. Seringkali ketika ada orang lain yang mendapatkan apa yang tidak kita dapatkan, yang timbul dalam perasaan kita adalah rasa iri hati. Dengan kebahagiaan simpati ini, ketika terjadi hal demikian, cobalah melatih diri untuk berpikir bahwa mungkin lebih layak orang tersebut untuk mendapatkannya karena usaha yang lebih keras dan diri ini ikut bergembira.

> Kembangkanlah pikiran-pikiran positif lainnya seperti kebahagiaan simpati, ketenangseimbangan batin serta memaafkan.

Ketenangseimbangan batin adalah suatu keadaan pikiran di mana pikiran berusaha untuk selalu sadar sehingga perasaan tidak jatuh ke keadaan menikmati kesenangan secara berlebihan dan menolak/ menghindari keadaan yang tidak menyenangkan. Dengan ketenangseimbangan batin, pikiran akan terkendali

sehingga hal-hal positif yang seharusnya dikembangkan pikiran menjadi mudah dilaksanakan. Dengan ketenangseimbangan, cinta kasih, welas asih dan kebahagiaan simpati lebih mudah dikembangkan di dalam pikiran. Ketika sedang menderita, orang yang batinnya tenang-seimbang akan menerima dan menyadari bahwa penderitaan akan berubah juga menjadi kebahagiaan. Sebaliknya ketika mendapatkan sesuatu yang menyenangkan, batin juga akan dikendalikan sehingga tidak serakah dan jatuh ke dalam perasaan menyenangkan yang berlebihan.

Memaafkan adalah suatu pikiran untuk melepas dari kebencian. Jadi dengan usaha memaafkan, kita akan membentuk pikiran yang tidak melekat pada kebencian ataupun dendam. Cara yang bisa dilakukan adalah dengan mencoba menempatkan kondisi diri sendiri menjadi orang tersebut. Cobalah berpikir bahwa mungkin saja orang tersebut tanpa sengaja melukai kita atau ada alasan yang membuatnya terpaksa. Dengan memaafkan, cinta kasih kita akan semakin lebar dan kuat.

Keyakinan (*Saddha*)

> Keyakinan adalah dasar untuk mengembangkan kebajikan

Keyakinan menguatkan tekad kita sehingga pengembangan pikiran benar menjadi lebih terarah dan ada acuannya. Keyakinan membentuk pikiran benar dengan pengembangan ke dalam diri; berbeda dengan cinta kasih, welas asih dan berdana yang melibatkan objek lain.

Dalam ajaran Buddha, keyakinan diarahkan kepada Buddha, Dharma, dan Sangha. Perlu diketahui bahwa keyakinan terhadap Buddha, Dharma maupun Sangha bukanlah keyakinan terhadap bentuk objeknya, seperti patung, kitab suci, atau biksu. Namun, keyakinan yang benar adalah keyakinan terhadap makna di balik simbol tersebut, seperti keyakinan terhadap Buddha mewakili keyakinan terhadap seorang guru (Buddha) yang perlu diteladani. Beliau mencontohkan bagaimana perilaku-perilaku yang baik, ucapan yang bermanfaat dan pikiran yang positif. Keyakinan terhadap Dharma juga bukanlah keyakinan buta terhadap ajaran yang tertulis di dalam kitab suci. Keyakinan terhadap Dharma adalah keyakinan terhadap ajaran Buddha yang diwujudkan melalui praktik nyata dan langsung. Keyakinan terhadap Sangha mewakili keyakinan terhadap kemampuan setiap orang untuk mencapai tahap pencerahan seperti Buddha. Keyakinan terhadap Sangha juga mempunyai makna bahwa kita perlu menyebarkan kebenaran kepada orang

lain agar berada di dalam jalan pelatihan spiritual.

Ada 2 ciri keyakinan dalam buddhis, yaitu:

1. Membuka pandangan; meliputi keterbukaan dan keingintahuan
2. Praktik; meliputi ritual (*puja*) dan pelaksanaan moralitas (*sila*) yang benar

Membuka pandangan adalah ciri yang membedakan keyakinan dalam Buddhis dengan yang lain. Umat Buddha berkeyakinan dengan mendasarkan pikiran yang terbuka terhadap ajaran lain. Bila tidak disertai dengan keterbukaan, keyakinan dalam agama Buddha akan sama dengan agama lain. Membuka pandangan dengan kebijaksanaan akan menghindari kefanatikan umat Buddha. Keyakinan menghindari kebijaksanaan berkembang menjadi skeptisme berlebihan yang bersumber dari ego. Jadi, dalam keyakinan dibutuhkan suatu pandangan benar yang sejalan dengan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Pandangan benar yang akhirnya akan membuka wawasan kebijaksanaan yang murni dan tidak ternoda, yang akan membawa kepada pencerahan sejati.

Praktik adalah bentuk keyakinan dalam buddhis. Praktik berdasar keyakinan dapat diwujudkan melalui tindakan nyata. Bentuknya adalah implementasi ajaran Buddha dalam perbuatan, ucapan dan pikiran yang benar. Moralitas dilaksanakan sebagai wujud

keyakinan. Selain itu, praktis keyakinan bisa diwujudkan melalui ritual (*puja*). Tentunya ritual yang dilaksanakan dilakukan dengan pemahaman yang benar. Ritual dapat meningkatkan keyakinan, namun jangan menjadi ikatan dan salah pengertian. Ritual yang baik adalah perenungan terhadap perbuatan yang dilakukan selama ini dan pengembangan pikiran penuh cinta kasih, welas asih, dan kebijaksanaan.

Daftar Pustaka

Kitab Suci

Kitab Suci Agama Buddha. 2002. *Dhammapada*. Jakarta: Penerbit Yayasan Dhammadipa Arama.

Kitab Suci Agama Buddha. 2004. *Majjhima Nikaya* 1. Klaten: Vihara Bodhivamsa Wisma Dhammaguna.

Kitab Suci Agama Buddha. 2007. *Majjhima Nikaya* 6. Klaten: Vihara Bodhivamsa Wisma Dhammaguna.

Kitab Suci Agama Buddha. 2007. *Majjhima Nikaya* 7. Klaten: Vihara Bodhivamsa Wisma Dhammaguna.

Kitab Suci Agama Buddha. 2001. *Petikan Anguttara Nikaya* 1. Klaten: Wisma Meditasi dan Pelatihan DHAMMAGUNA.

Kitab Suci Agama Buddha. 2002. *Petikan Anguttara Nikaya* 2. Klaten: Vihara Bodhivamsa Wisma Dhammaguna.

Buku Umum

Bodhi, Bhikkhu. 2006. *Jalan Kebahagiaan Sejati*. Jakarta: Karaniya.

Bodhi, Bhikkhu dkk. 2005. *Mengapa Berdana, Petunjuk untuk Berdana dengan Pengertian Benar*. Surabaya: Penerbit Paramita.

Chia, Vajiro (Richard). 2004. *Panduan Kursus Dasar Ajaran Buddha*. Yogyakarta: Vidyasena Production.

Dhammika, Ven. S. 2004. *Dasar Pandangan Agama Buddha*. Surabaya: Yayasan Dhammadipa Arama.

Sangharakshita, Ven. 2004. *Jalan Mulia Berunsur Delapan*. Jakarta: Karaniya.

Tim Redaksi. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia, Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka.

Vajirananavarorasa, H. R. H. The Late Patriarch Prince. 2002. *Dhamma Vibhaga, Penggolongan Dhamma*. Yogyakarta: Vidyasena Vihara Vidyaloka.

Wijaya, Willy Yandi. 2008. *Pandangan Benar*. Yogyakarta: Insight Vidyasena Production.

Sumber Situs

http://www.accesstoinsight.org/ptf/dhamma/sacca/sacca4/samma-sankappo/index.html Offline edition. Revised: Tuesday 2007-08-14.

LEMBAR SPONSORSHIP

Dana Dhamma adalah dana yang tertinggi
Sang Buddha

Jika Anda berniat untuk menyebarkan Dhamma, yang merupakan dana yang tertinggi, dengan cara menyokong biaya percetakan dan pengiriman buku-buku dana (*free distribution*), guntinglah halaman ini dan isi dengan keterangan jelas halaman berikut, kirimkan kembali kepada kami. Dana Anda bisa dikirimkan ke :

Rek BCA : 0600410041
Cab. Pingit Yogyakarta
a.n. CAROLINE EVA MURSITO

atau

Vidyāsenā Production
Vihāra Vidyāloka
Jl. Kenari Gg. Tanjung I No. 231
Yogyakarta - 55165
(0274) 542919

Keterangan lebih lanjut, hubungi :
VP (Vidyāsenā Production)
08995066277
Email : bursa_vp@yahoo.com

INSIGHT VIDYĀSENĀ PRODUCTION

Buku – Buku yang Telah Diterbitkan INSIGHT VIDYĀSENĀ PRODUCTION :

1. **Kitab Suci Udana**
   Khotbah – Khotbah Inspirasi Buddha
2. **Kitab Suci Dhammapada Atthakatha**
   Kisah – Kisah Dhammapada
3. **Buku Dhamma Vibhāga**
   Penggolongan Dhamma
4. **Panduan Kursus Dasar Ajaran Buddha**
   Dasar – dasar Ajaran Buddha
5. **Jataka**
   Kisah – kisah kehidupan lampau Sang Buddha

Buku – Buku *Free Distribution* :

1. **Teori Kamma Dalam Buddhisme** *Oleh Y.M. Mahasi Sayadaw*
2. **Penjara Kehidupan** *Oleh Bhikkhu Buddhadasa*
3. **Salahkah Berambisi ?** *Oleh Ven. K Sri Dhammananda*
4. **Empat Kebenaran Mulia** *Oleh Ven. Ajahn Sumedho*
5. **Riwayat Hidup Anathapindika** *Oleh Nyanaponika Thera* dan *Hellmuth Hecker*
6. **Damai Tak Tergoyahkan** *Oleh Ven. Ajahn Chah*
7. **Anuruddha Yang Unggul Dalam Mata Dewa** *Oleh Nyanaponika Thera dan Hellmuth Hecker*
8. **Syukur Kepada Orang Tua** *Oleh Ven. Ajahn Sumedho*
9. **Segenggam Pasir** *Oleh Phra Ajaan Suwat Suvaco*
10. **Makna Paritta** *Oleh Ven. Sri S.V. Pandit P.* dan *Pemaratana Nayako Thero*
11. **Meditation** *Oleh Ven. Ajahn Chah*
12. **Brahmavihara – Empat Keadaan Batin Luhur** *Oleh*

Nyanaponika Thera

13. **Kumpulan Artikel Bhikkhu Bodhi (Menghadapi Millenium Baru, Dua Jalan Pengetahuan, Tanggapan Buddhis Terhadap Dilema Eksistensi Manusia Saat ini)**
14. **Riwayat Hidup Sariputta I** (Bagian 1) *Oleh Nyanaponika Thera*)*
15. **Riwayat Hidup Sariputta II** (Bagian 2) *Oleh Nyanaponika Thera*)*
16. **Maklumat Raja Asoka** *Oleh Ven. S. Dhammika*
17. **Tanggung Jawab Bersama** *Oleh Ven. Sri Paññāvaro Mahāthera* dan *Ven. Dr. K. Sri Dhammananda*
18. **Seksualitas dalam Buddhisme** *Oleh M. O'C Walshe* dan *Willy Yandi Wijaya*
19. **Kumpulan Ceramah Dhammaclass Masa Vassa Vihāra Vidyāloka (Dewa dan Manusia, Micchaditthi, Puasa Dalam Agama Buddha)** *Oleh Y.M. Sri Paññāvaro Mahāthera, Y.M. Jotidhammo Mahathera* dan *Y.M. Saccadhamma*
20. **Tradisi Utama Buddhisme** *Oleh John Bullitt, Y.M. Master Chan Sheng-Yen,* dan *Y.M. Dalai Lama XIV*
21. **Pandangan Benar** *Oleh Willy Yandi Wijaya*
22. **Ikhtisar Ajaran Buddha** O*leh Upa. Sasanasena Seng Hansen*
23. **Riwayat Hidup Maha Moggallana** *Oleh Hellmuth Hecker*
24. **Rumah Tangga Bahagia** *Oleh Ven. K. Sri Dhammananda*

Kami melayani pencetakan ulang (*Reprint*) buku-buku *Free* diatas untuk keperluan pernikahan, ulang tahun, Pattidana / pelimpahan jasa.

Informasi lebih lanjut dapat melalui :
Insight Vidyāsenā Production (**0899 5066 277)**
Atau
Email : bursa_vp@yahoo.com

NB :

- Untuk buku Riwayat Hidup Sariputta apabila dikehendaki, bagian 1 dan bagian 2 dapat digabung menjadi 1 buku (sesuai pemintaan).
- Anda bisa mendapatkan *e-book* buku-buku *free* diatas melalui website :
  - www. Vidyasena.or.id
  - www. Dhammacitta.org/kategori/penerbit/insight-vidyasena
  - www.samaggi-phala.or.id/download.php